

REZEPT-SAMMLUNG

Bananen-Bits

Zutaten:

2 ¼ Tassen Weizen-Vollkornmehl
½ Tasse Milch 1,5%
1 Ei
1/3 Tasse pürierte Banane
1 Prise Gemüsebrühe ohne Salz
1 EL brauner Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten gründlich mischen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten. Den Teig ca. 0,5cm stark ausrollen und Plätzchen ausstechen.

Bei 150 °C im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen. Im Anschluss im ausgeschalteten Backofen nachtrocknen lassen.

Im Baumwollbeutel bzw. in der Blechdose ca. 2 Wochen haltbar.

Arbeitszeit: ca. 15 Min.
Brennwert p. P.: n.n.